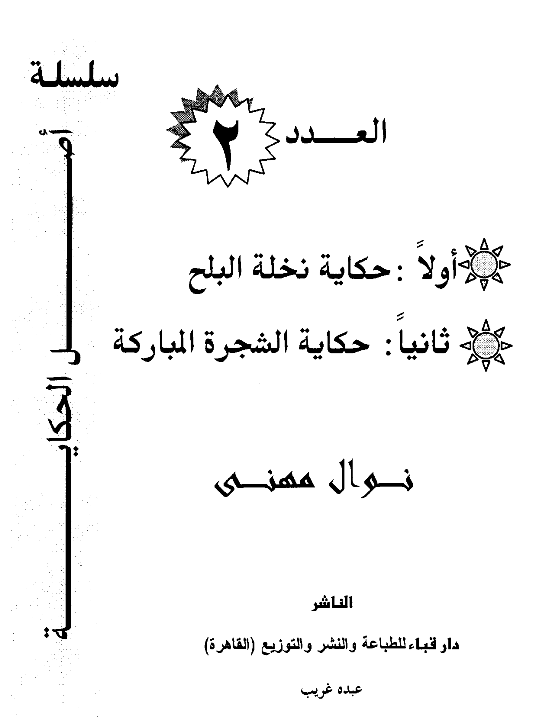

سلسلة
أصـــــل الحكايـــــة
العـــدد ٢
أولاً : حكاية نخلة البلح
ثانياً: حكاية الشجرة المباركة
نـوال مهنـى
الناشر
دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع (القاهرة)
عبده غريب

الكتــــاب :سلسلة أصل الحكاية
المـــؤلــف : أ. نوال مهنى
تاريخ النشر : ١٩٩٩م

الناشـــــر : دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع
عبده غريب
شركة مساهمة مصرية

الإدارة : ٥٨ شارع الحجاز – عمارة برج آمون
الدور الأول – شقة ٦
ت ف : ٢٤٧٤٠٣٨ ، ت : ٢٤٦٢٥٦٢
التوزيـــــع : ١٠ شارع كامل صدقى الفجالة (القاهرة)
ت : ٥٩١٧٥٣٢ ص. ب : ١٢٢ (الفجالة)
المركز الرئيســى : مدينة العاشر من رمضان
المنطقة الصناعية (C1)
ت: ٠١٥/٣٦٢٧٢٧ ص.ب : ١٢٢ (الفجالة)
رقــم الإيــــداع : ٩٩/٢٣٧٩
الترقيــم الدولــى : ISBN
977-303-086-5



 أولاً : حكاية نخلة البلح

البلح فاكهة لذيـــذة وحلـــوة ومحبوبـــة للصغار والكبار وتتعدد ألـــوان البلـــح مـــن الأصفر للأحمر.

وأصل البلح هو النخل وتنتشر أشـــجار النخيل وتنمو بكثرة فى بلاد الشرق الأوسـط وخصوصاً فى المنطقة العربية.

وتمتاز النخلة بشدة التحمل لأنها تتحمـل الجفاف لفترة طويلة، وتنمـــو فـــى التربـــة الفقيرة أو الغنية على السواء فـــى ولذلـــك

ينتشر النخل فى الصحارى والجبـــال كمـــا ينتشر فى الوديان.

والبلح الذى نحصل عليه من النخلة مشهور عند العرب من قديم الزمان ومعروف بفوائـــده العظيمة كغذاء ودواء.

ومن المعلومات الطريفة عن البلـــح أن الأبحاث العلمية أثبتت أن البلحـــة الواحـــدة تحتوى ٧٥% من وزنها سكر بينما التفاحـــة تحتوى على ١٢% فقط ويستطيع الإنســـان أن يعيش على البلح والماء بمفردهما لفـــترة

طويلة من الزمن دون أن يتعرض للضـــرر لأن البلـــح غنـــى بالفيتامينـــات والأمـــلاح المعدنية التى تساعد الجســـم علـــى النمـــو وتحفظ له حيويته وتســـاعد المعـــدة علـــى التخلص من الحموضة.

ويمتاز البلح بطعمه الحلو نتيجة لارتفـــاع نسبة السكر فيه.

والبلح له أسماء كثيرة فى لغة العـــرب تبعاً لمراحل نضجه، فمثلاً البلـــح الطـــازج يسمى بُسراً وحين يرطب يسمى رطباً وحين

يجف يسمى تمرا ويعتبر التمـــر أى البلـــح الجاف غذاء أساسى للبدو والمســـافر فـــى الصحراء لأنه يمكن الاحتفاظ به لفترة طويلـــة بدون الحاجة إلى الثلاجة أو أى مواد حافظة.

ويعتبر البلح مهدئ للأعصـــاب ولذلـــك ينصح العلماء الإنسان العصبى بتناول كميـــة صغيرة من البلح كل صباح فيحتفظ بـــهدوء أعصابه طول اليوم.

وأيضا يجب على الأطفال أكل البلـــح بكثرة لأنه يحميهم من الأنيميا لأن البلح غنـــى بعنصر الحديد والكالسيوم والفسفور والأملاح.

*** النخلة العربية.**

تعتبر العراق أول الدول العربيـــة فـــى إنتاج البلح ويصل عدد النخيل بها إلى سبعة ملايين نخلة وخصوصاً فى منطقـــة شـــط العرب وبعدها مصر والسعودية والســـودان والجزائر وليبيا.

ويعتبر البلح ثروة قومية واقتصادية لأن بعض الدول تصدره للخارج.

وتتفنن بلاد كثيرة فى عمل أصناف لذيذة من البلح مثل البلـــح المحشـــو بالســـودانى

والمكسرات بعد نزع النوى منـــه فيصبـــح طعمه لذيذاً.

ويستخدم البلح فى عمل العجـــوة التـــى تحشى بها الفطاير فتزيد من قيمتها الغذائيـــة وتحلى طعمها ويستعمل البلح أيضاً فى عمل الخشاف بعد نقعه فى الماء أو اللبن.

وفى أغلب الأوقات يؤكل البلح بمفـــرده سواء كان طازجاً أو بعد تجفيفه.

ومن العادات المعروفة وجود البلح على مائدة الإفطار فى رمضان لأنه يمد الجســـم

بالطاقة ويساعده على الحركة والتدفئة بعـــد فترة صيام طويلة.

وفى العصر الحديث اســـتطاعت بعــض الدول استخراج نوع من السكر السائل من البلح يصلح لتحلية المشروبات وعمل الحلوى وهــو بديل عن سكر القصب والبنجر بالنسبة للبـــلاد التى لا تجود فيها زراعة القصب والبنجر.

وتعتبر النخلة من الأشجار العظيمة التى جاء ذكرها فى القرآن الكريم وهـــى رمــز

الشموخ والقوة والصلابة لأنها تتحدى الرياح والجفاف وهى مستقيمة بازخة.

والنخلة رمز التسامح والكرم لأنها تسـقط البلـح والـرطب علـى مـن يرميهـا بالطـوب والحجارة.

والنخلة لها أهمية خاصة وفائدة كبـيرة فى المجتمع الريفى والبدوي.

وفوائد النخلة كثيرة جداً ويمكن الاستفادة من كل جزء فيها فمثلاً: تصنع الكراسى من الجريد كما تصنع السلال والمقـاطف مـن

سعف الجريد، والسعف هو الأوراق الخضراء الموجودة على الجريد. وكما يستخدم الجريد فى سقف المنازل الريفية والأكواخ الموجودة فى الحقول كبديل عن الخشب، وتصنع الحبال من الألياف الموجودة عند قاعدة الجريد وتصنع المكانس أو المقشات من السباط. أما جسم النخلة الأساسى فيستخدم فى المبانى والخيام والجسور كدعامة فى حالة سقوط النخلة أوقطعها وتستخدم الأجزاء الجافة من النخلة فى الوقود والتدفئة.



وفى قمة النخلة وبالتحديد فـــى الجـــزء الخضر الذى يتفرع منه الجريد يوجد قلـــب النخلة وهو عبارة عن قطعة بيضاء كبـــيرة تسمى الجمّار، والجمّار لونه ناصع البيـــاض لذيذ الطعم وله فوائد صحية كبيرة جداً. حتى أن العلماء يعتقدون أنه يتفوق علـــى غـــذاء ملكات النحل.

وفى الطب الشعبى القديم توجد وصفـات من الجمّار لعلاج كثير من الأمراض.

ولذلك تعتبر النخلة من الأشجار الهامـــة جداً والمفيدة جداً للإنسان.

ويكفى أن الإنسان يستظل بظلها من حرارة الشمس ويتغذى بتمرها طول العام حيث يمكــن حفظ البلح واستخدامه فى أى وقت.

ويؤكد العلماء أن السكر الموجـــود فـــى البلح سريع الامتصاص بحيث يصل إلى الدم بعد عشر دقائق فقط.

ولذلك يعتبر البلح إسعاف ســـريع فـــى حالات الإغماء ويعتبر البلح مــــن الـــهدايا



القيمة فى المناطق الريفية، والبدوية وخاصة فى المناسبات ولا يخلو منه بيت من البيوت، وشجرة النخيل المعمرة الدائمـــة الخضـــرة. لأن جريدها يظل اخضر طوال العـــــام ولا يخف فى الخريف ولا فى الشتاء.

ومحصول البلح موعده فى أواخر فصـــــل الصيف وأوائل فصل الخريف من كل عــــام، والبلح أنواع كثيرة مثـــــل الســـيوى والبلـــدى والزغلول والأُمْهات وأيضاً له ألوان متعـــــددة وجميلة مثل الأصفر والأحمر والخضراوى أى

الأصفر المائل للخضـــرة والعدســـاوى وهـــو الأصفر المائل للاحمرار.

إلى اللقاء مع حكاية جديدة ومعلومة مفيدة

☆☆☆



❁ ثانيا : حكاية الشجرة المباركة

الشجرة المباركة هى شـــجرة عظيمـــة كبيرة عميقة الجذور، ويقال إن هذه الشـجرة باركها سبعون نبياً وهى رمز السلام.

والشجرة المباركة التى نقصدهـــا هـــى شجرة الزيتون فما فائدة شـــجرة الزيتـــون للإنسان وأين مناطق زراعتها ؟ ولكى نفـهم إجابة هذه الأسئلة نرجع لأصل الحكاية ونبدأ تاريخ هذه الشجرة من البداية.

وحكاية الشجرة المباركة بدأت بســـيدنا نوح عليه السلام وبالتحديد عندمـــا رسـت السفينة على جبـــل الجـــودى بعـــد انتـــهاء الطوفان وبعد غرق الأرض بكل ما عليـــها ماعدا سفينة نوح التى كان يركبها المؤمنون

ومعهم زوج من كل الطيــور والحيوانــات التى كانت موجــودة علــى الأرض وأراد سيدنا نوح أن يعرف إذا كانت الأرض جفت أم لا حتى يستطيع النزول ومن معــه مــن السفينة فأرسل حمامة من داخـــل الســفينة تستطلع الخبر.

وبعد فترة عادت الحمامة وهى تحمـــل غصن زيتون فى فمها. وفرح سيدنا نـــوح ومعه ركاب السفينة لأن غصـــن الزيتــون معناه أن الأرض جفت ونبتت بها الأشــجار، وبالتالى تصلح للنزول من السفينة والإقامــة على الأرض وتعميرهـــا بعدمـــا أغرقــها

الطوفان وهلك كل من عليها ولم ينج من الغرق سوى ركاب سفينة نوح.

وعم السرور والفرح ركاب السفينة وشعروا بالأمن وساد الهدوء بينهم.

ومنذ ذلك العهد اعتبر غصن الزيتون رمز السلام وبشارة للخير.

ودعا سيدنا نوح بالبركة لهذه الشجرة المباركة لأنها كانت أول شجرة نبتت بعد الفيضان.

واستعد سيدنا نوح وركاب السفينة للنزول هم وما معهم من كائنات إلى الأرض.

وظل الاعتقاد بأن غصن الزيتون رمز السلام متوارث بين البشر منذ ذلك التاريخ

وحتى عصرنا الحالى، وحين أنشئت هيئـــة الأمم المتحدة بعد الحرب العالميـــة الثانيـــة اتخذت من غصن الزيتـــون الـــذى تحملـــه الحمامة فى فمها وهى تطير شعارا لها.

وأصبح غصن الزيتون رمـــز الســـلام والأمان عند جميع شعوب العالم فى الماضى والحاضر تخليدا لهذه الذكرى الخالدة.

أما شجرة الزيتون نفسها فورد ذكرهـــا فى القرآن الكريم أكثر من مرة وهى مـــن الأشجار المعمرة دائمة الخضرة بمعنى أنـــها تظل خضراء طوال العام ولا تجف أوراقـــها فى الخريف والشتاء مثل بعض الأشجار.

وأهم مناطق زراعة الزيتـــون حـــوض البحر المتوسط فجميع الدول المحيطة بالبحر الأبيض تشتهر بزراعة الزيتون.

وفى مصر توجد أشجار الزيتون فى طور سيناء وإقليم الفيـــوم وفـــى بعـــض الواحـــات والمناطق الشمالية، وفوائد شجرة الزيتون كثيرة جداً. وكل جزء من الشجرة له فـــائدة كبـــيرة فأخشاب الشجرة تصلح للصناعات الخشـــبية، وأوراقها مفيدة للعلاج من بعض الأمراض.

أما الفائدة العظيمة جداً التـــى نحصـــل عليها من الشجرة هى ثمار الزيتون.

وثمار الزيتون تجمع خضراء مـــن فـــوق الأشجار ويمكن أن تترك حتى تكتمل نضجـــها وتتحول إلى اللون الأسود.

وبذلك نحصل على نوعين من الزيتون النوع الأخضر والنوع الأسود.

وتستخدم ثمار الزيتون فى التغذيـــة بعـــد تخليلها فى الملح. كما نحصل منها على زيـــت الزيتون بعد عصرها ويعتبر أجدادنا المصريون القدماء من أوائل الشعوب التى عرفت الزيتـون واستخدمت زيوته فى الغذاء والدواء.

ويؤكد البـــاحثون أن معـــاصر الزيتـــون الفرعونية من أقدم معاصر الزيتون فى العالم.

ويمتاز زيت الزيتون بلونـــه الصـــافى المائل للخضرة وهو من أفضل الزيوت مـــن حيث الفوائد الصحية ولو رجعنا للطب القديم والطب الشعبى لعرفنا أهمية شجرة الزيتـــون التى تحدث عنها الطبيب المســـلم ابـــن ســـينا والطبيب اليونانى أبو قراط وأيضاً تحدث عنــها داود الإنطاكى فى كتابه الشهير "تذكرة داود".

وكل هؤلاء الأطبـــاء قدمـــوا وصفـــات للعلاج تعتمد على زيت الزيتـــون أو أوراق الزيتون. بعد ما ثبتت فائدتها فــــى عـــلاج العيون وتقوية الشعر وتنشيط الدورة الدموية وتسكين آلام الأسنان وتطـــهير الجـــروح، ويحتوى زيت الزيتون على مجموعة مـــن

الفيتامينات مثل فيتامينات أ، د، ب، ج، هـ، ب المركب.

ولكن الشئ الغريب المثير للدهشة أن زيت الزيتون ينفرد بخاصية هامة غير موجودة فى جميع الزيوت المعروفة وهى وجود مادة تسمى أشباه الدهون.

وهى مادة خاصة بتغذية المخ فتنمى القدرة على التفكير وزيادة التركيز وتساعد على صفاء الذهن.

ويعتقد العلماء أن هذه المادة من عوامل تنمية الذكاء عند الإنسان، وهذا يفسر قيام الحضارات القديمة فى منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط لأن هذه المنطقة تكثر بها

شجار الزيتون وبالتالى فإن شعوب هذه البلاد تستخدم الزيتون وزيوته بكثرة فى طعامها وهذا يساعد على زيادة الذكاء وينمى القدرة على التفكير.

وأثبتت الدراسات العلمية أن الإنسان إذا تناول قطعة من الخبز مغموسة فى زيت الزيتون فإنها تعتبر وجبة غذاء كاملة.

ويرى علماء التاريخ أن أجدادنا الفراعنة هم أول من زرع أشجار الزيتون.

وكانت أشجار الزيتون قبل ذلك تنمو برياً دون أن يزرعها أحد.

ومعنى ذلك أن قدماء المصريين عرفوا فوائد الزيتون منذ آلاف السنين.



وتتنوع ثمار الزيتون من حيث الحجم والطعم ودرجة الجودة وتفضل الأحجام الكبيرة فى التخليل لصغر البذرة وتفضل الأحجام الصغيرة فى العصير لكبر البذرة وبالتالى تعطى كميات أكثر من الزيت.

ومن المعلومات الطريفة أن شجرة الزيتون بعد زراعتها تحتاج عدة سنوات حتى يكتمل نموها وتنتج ثمار الزيتون المعروفة.

وأكبر مزارع الزيتون فى العالم العربى الموجودة فى فلسطين وبلاد الشام بصفة عامة وكذلك بلاد المغرب العربى.

ويدخل زيت الزيتون فى صناعة أفخـــر أنواع الصابون والشامبو، وكذلك فى عمـــل الكريمات الخاصة بتغذية البشرة.

وفوائد شـــــجرة الزيتـــون أو الشـــجرة المباركة كثيرة وكل يوم يكتشف العلـم فوائد فوائد عظيمة لهذه الشجرة العظيمة.

إلى اللقاء مع حكاية جديدة ومعلومة مفيدة

☆☆☆